Yoga Retreat im Nira Alpina, Silvaplana, Engadin
vom Donnerstag, 12. - Sonntag, 15. September 2024
oder
Freitag, 13. - Sonntag, 15. September 2024

Das Engadin ist eine magische Komposition aus Bergen, Seen und dem einzigartigen Licht.

Hinzu kommen eine erstaunliche Weite in einem tollen Haus mit inspierienden Menschen.

Das Nira Alpina liegt am höchsten Punkt des Dörfchens Surlej, nur fünf Kilometer von St. Moritz entfernt.

Rund um das Nira Alpina sorgen die türkisblauen Seen und schneebedeckten Gipfel für eine spektakuläre Kulisse für eine Wanderung oder eine Radtour in den Alpen. Ob man dem Ufer eines Sees folgt, die Alpenwiesen erkundet oder entlang eines alten Maultierpfads mit Panoramablick wandert, man spürt die Schönheit und Reinheit der Natur. Zum Segeln, Schwimmen oder Surfen laden die Seen ein. Für Spaziergänge mit Aussicht nimmt man die nahe Seilbahn nach Murtel oder Piz Corvatsch.

Die Wellnessangebote im Nira Spa von Pure Altitude gehen über die körperliche Revitalisierung hinaus und umfassen alle Elemente einer ganzheitlichen, stressfreien Lebensweise. In einer harmonischen Umgebung findest du den Ausgleich zwischen dem inneren und dem äusseren Ich.

Das Nira Alpina ist eine Oase körperlichen Wohlbefindens, abgeschirmt vom Treiben und Stress des Alltags.

www.niraalpina.com

ॐ NIAMASTE

Yoga Retreat im Nira Alpina, Silvaplana, Engadin
vom Donnerstag, 12. - Sonntag, 15. September 2024
oder
Freitag, 13. - Sonntag, 15. September 2024

Was dich die Tage erwartet:

Täglich 2 Lektionen mit Alexandra mit Meditation, Yoga, Inside Flow, Deep Strech und/oder Bewegung. Du kannst neue Freundschaften schliessen oder alte pflegen und tun und lassen, was sich für Dich gut anfühlt. Zeit für dich selbst, ein Bike- oder Wander-Ausflug in der Natur.

Die Yoga Lektionen helfen dir Ausgeglichenheit und innere Ruhe durch den Abbau von Verspannungen, Schmerzen und Toxinen sowie die Stärkung der psychischen und emotionalen Balance zu finden. Belebendes Wohlbefinden und Lebensfreude.

Es sind keine Yogakenntnisse erforderlich. Matten und Decken sind vorhanden.

Alexandra Schilken

ist diplomierte Yogalehrerin in verschiedenen Stilen (Hatha Yoga, Intensive Yoga, Hot Yoga, Hormon Yoga, Inside Flow Yoga), Yogatherapeutin/Personal Yoga Trainerin und Nia Black Belt Teacherin. Mitglied im Schweizer Yogaverband und im internationalen Yoga Alliance Verband.

ॐ NIAMASTE

Yoga Retreat im Nira Alpina, Silvaplana, Engadin
vom Donnerstag, 12. - Sonntag, 15. September 2024
oder
Freitag, 13. - Sonntag, 15. September 2024

Zimmer/Preise:

12. - 15. September 2023

CHF 1146.- pro Person im Corvatsch Zimmer in Einzelbelegung

CHF 915.- pro Person im Corvatsch Zimmer in Doppelbelegung

13. - 15. September 2023

CHF 774.- pro Person im Corvatsch Zimmer in Einzelbelegung

CHF 614.- pro Person im Corvatsch Zimmer in Doppelbelegung

- Übernachtungen
- Frühstück und 3-Gang Menü zum Abendessen
- Yogalektionen
- Internet und Mehrwertsteuer
- Zugang zum Nira Spa by Pure Altitude
- 10% Ermässigung auf den Spa Behandlungen
- Ab 2 Nächten: gratis Bergbahnticket für den gesamten Aufenthalt für alle Bergbahnen im Oberengadin und den öffentlichen Verkehr.

Kurtaxe ist exklusive (CHF 4.25 pro Person und Nacht) und muss bei Abreise bezahlt werden.

Alle Arrangements exklusive Getränke.

NIAMASTE

Yoga Retreat im Nira Alpina, Silvaplana, Engadin
vom Donnerstag, 12. - Sonntag, 15. September 2024
oder
Freitag, 13. - Sonntag, 15. September 2024

Ankunft

Für individuell anreisende Gäste organisiert das Nira Alpina Team auf Anfrage und je nach Verfügbarkeit einen kostenlosen Transfer. Autofahrer können kostenfrei in der Garage parkieren.

Anmeldung und Infos

– Versicherung ist Sache der TeilnehmerInnen
– Reservation bitte direkt unter info@niamaste.ch / www.niamaste.ch

+41 (0)76 553 57 58.

Stornierungsbedingungen

Die anderen Teilnehmer und ich sind dir dankbar, wenn du eine allfällige Stornierung möglichst frühzeitig und schriftlich mitteilst.

Bei Stornierung des Weekends werden berechnet:

- 29-7 Tage vor Anreise: 75% des Gesamttotals
- 7-0 Tage vor Anreise: 100% des Gesamttotals

ॐ NIAMASTE